

کھجور

نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے جن غذاؤں کو تناول فرمانے کا شرف بخشا ان میں سے ایک ”کھجور“ بھی ہے۔ کھجور کا شمار نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کی محبوب ترین غذاؤں میں ہوتا ہے۔

کھجور کے درخت کی اونچائی چالیس سے پچاس فٹ تک ہوتی ہے اور اس میں دو سے چھ فٹ کی لمبی ڈالیاں لگتی ہیں، اس کا پھل (کھجور) جب کچا ہو تو رنگ میں ہرا، لمبائی میں ایک انچ تک ہوتا ہے اور پھر پک جانے کے بعد لال / پیلے رنگ کا ہو جاتا ہے۔[1]

کھجور کا مزاج

کھجور کا مزاج دوسرے درجے میں گرم اور پہلے درجے میں خشک ہوتا ہے۔[2]

قراٰنِ پاک میں کھجور کا ذکر

قراٰنِ پاک میں کئی مقامات پر کھجور کے درخت، باغ اور کھجور کا ذکر آیا ہے، آیئے! چند مقامات ملاحظہ کیجئے، چنانچہ قراٰنِ کریم میں اللہ پاک ارشاد فرماتا ہے:

1 ﴿اَیَوَدُّ اَحَدُكُمْ اَنْ تَكُوْنَ لَهٗ جَنَّةٌ مِّنْ نَّخِیْلٍ وَّ اَعْنَابٍ تَجْرِیْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ﴾ ترجمۂ کنزالعرفان: کیا تم میں کوئی یہ پسند کرے گا کہ اس کے پاس کھجور اور انگوروں کا ایک باغ ہو جس کے نیچے ندیاں بہتی ہوں۔[3]

2 ﴿یُنْۢبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَ الزَّیْتُوْنَ وَ النَّخِیْلَ وَ الْاَعْنَابَ وَ مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِؕ-اِنَّ فِیْ ذٰلِكَ لَاٰیَةً لِّقَوْمٍ یَّتَفَكَّرُوْنَ(۱۱)﴾ ترجمۂ کنزالعرفان: اس پانی سے وہ تمہارے لیے کھیتی اور زیتون اور کھجور اور انگور اور ہر قسم کے پھل اگاتا ہے، بیشک اس میں غور و فکر کرنے والوں کیلئے نشانی ہے۔[4]

3 ﴿وَ هُزِّیْۤ اِلَیْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسٰقِطْ عَلَیْكِ رُطَبًا جَنِیًّا(۲۵)﴾ ترجمۂ کنزُالعرفان: اور کھجور کے تنے کو پکڑ کر اپنی طرف ہلاؤ، وہ تم پر عمدہ تازہ کھجوریں گرائے گا۔[5]

اس آیت میں حضرت مریم رضی اللہ عنہا سے کہا گیا کہ آپ جس سوکھے تنے کے نیچے بیٹھی ہیں اسے اپنی طرف حرکت دیں تو اس سے آپ پر عمدہ اور تازہ پکی ہوئی کھجوریں گریں گی۔ معلوم ہوا کہ حمل کی حالت میں عورت کے لئے کھجور کھانا فائدہ مند ہے۔ کھجور میں آئرن بہت ہوتا ہے جو بچے کی صحت و تندرستی میں بہت معاون ہوتا ہے، البتہ اس حالت میں کھجوریں اپنی طبعی حالت کو پیشِ نظر رکھ کر ہی کم یا زیادہ کھائی جائیں۔[6]

کھجور سے متعلق احادیث

1 حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے ارشاد فرمایا: میں نے ایک رات خواب دیکھا گویا کہ ہم عقبہ بن رافع کے گھر میں ہیں، پس ہمارے آگے تر کھجوریں لائی گئیں، جس کو ابن طاب کی کھجور کا نام دیا جاتا ہے۔ میں نے اس (خواب) کی تعبیر یہ کی ہے کہ ہمارا درجہ دنیا میں بلند ہو گا، آخرت میں نیک انجام ہو گا اور یقیناً ہمارا دین بہتر اور عمدہ ہے۔[7]

2 حضرت علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے ارشاد فرمایا: تمہاری جن عورتوں کے ہاں بچہ پیدا ہو ان کو تازہ کھجوریں کھلاؤ اور اگر تازہ کھجوریں میسر نہ ہو تو خشک کھجوریں کھلاؤ۔[8]

3 حضرت انس رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میری والدہ حضرت اُمِّ سُلیم رضی اللہ عنہا نے میرے ہاتھ کھجوروں کا ایک ٹوکرا

رسولُ اللہ صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کی خدمت میں بھیجا۔ آپ مجھے (گھر میں) نہ ملے۔ آپ قریب ہی اپنے ایک آزاد کردہ غلام کے ہاں تشریف لے گئے تھے۔ اس نے آپ کو دعوت دی تھی اور نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کے لئے کھانا تیار کیا تھا۔ میں حاضرِ خدمت ہوا تو آپ کھانا تناول فرمارہے تھے۔ آپ نے مجھے اپنے ساتھ کھانا کھانے کی دعوت دی۔ ان صاحب نے کدو اور گوشت ڈال کر ثرید بنا رکھا تھا۔ میں نے دیکھا کہ حضور صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کو کدو اچھا لگتا ہے تو میں کدو کے ٹکڑے (برتن کے اطراف میں سے) جمع کر کے آپ کے قریب کرنے لگا۔ جب ہم لوگوں نے کھانا کھالیا تو آپ واپس گھر تشریف لے گئے۔ میں نے (کھجوروں کا) ٹوکرا آپ کے سامنے رکھ دیا۔ آپ نے کھجوریں کھانا اور تقسیم کرنا شروع کر دیں حتّٰی کہ ختم کر کے فارغ ہو گئے۔[9]

4 حضرت عِکراش بن ذُوَیب رضی اللہُ عنہ بیان کرتے ہیں کہ نبیِّ اکرم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کی خدمت میں ایک تھالی لائی گئی جس میں بہت سا ثرید اور روغن تھا، ہم سب اس میں سے کھانے لگے، میں اپنا ہاتھ پیالے میں ہر طرف پھیر رہا تھا تو نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے فرمایا: اے عکراش! ایک جگہ سے کھاؤ، اس لئے کہ یہ پورا ایک ہی کھانا ہے، پھر ایک طبق لایا گیا جس میں مختلف اقسام کی تازہ کھجوریں تھیں تو رسولُ اللہ صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم کا ہاتھ طبق (تھال) میں چاروں طرف گھومنے لگا، پھر آپ نے ارشاد فرمایا: اے عکراش! جہاں سے جی چاہے کھاؤ، اس لئے کہ اس میں کئی طرح کی کھجوریں ہیں۔[10]

5 حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہُ عنہا بیان کرتی ہیں، نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے ارشاد فرمایا: اے عائشہ! جس گھر میں کھجوریں نہ ہوں وہ لوگ بھوکے ہیں، اے عائشہ! جس گھر میں کھجوریں نہ ہوں وہ لوگ بھوکے ہیں، آپ نے یہ کلمات دو یا تین بار ارشاد فرمائے۔[11]

6 حضرت ابوہریرہ رضی اللہُ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ایک دفعہ نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نے اپنے اصحاب میں کھجوریں تقسیم فرمائیں تو مجھے بھی سات کھجوریں عطا فرمائیں، ان میں سے ایک کھجور سخت تھی۔[12]

7 حضرت انس بن مالک رضی اللہُ عنہ بیان کرتے ہیں کہ نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم نماز سے پہلے چند تر کھجوروں پر روزہ افطار کرتے تھے۔ اگر تر کھجوریں نہ ہوتیں تو چھواروں پر اور اگر چھوارے بھی نہ ہوتے تو پانی کے چند گھونٹ نوش فرمالیتے تھے۔[13]

اس حدیثِ پاک سے دو مسئلے معلوم ہوئے: ایک یہ کہ روزہ دار افطار نماز سے پہلے کرے، نمازِ مغرب کے بعد افطار کرنا جائز مگر سنت کے خلاف ہے۔ دوسرا یہ کہ چند کھجوریں افطار کے وقت کھانا مسنون ہے تین یا پانچ۔ ❁ ہاں اگر کچھ موجود نہ ہو تو بعدِ نماز افطار کرلے۔ ❁ اس ترتیب سے پتہ لگا کہ تر کھجور پر روزہ افطار کرنا بہت اچھا ہے، پھر اگر یہ نہ ملیں تو خشک چھواروں پر افطار کرنا، ہمارے رمضان شریف میں کثرت سے بازار میں کھجوریں آجاتی ہیں اور عام طور پر لوگ خریدتے ہیں، مسجدوں میں بھیجتے ہیں ان سب کا ماخذ یہ حدیث ہے۔ ❁ نبیِّ کریم صلَّی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلَّم روٹی، چاول یا کسی پُر تکلُّف چیز پر روزہ افطار نہ فرماتے تھے۔[14]

کھجور کے فوائد

کھجور ایک غذائیت سے بھرپور غذا ہے جس کے بے شمار طبی فوائد بھی ہیں، آیئے! ان میں سے کچھ فوائد ملاحظہ کیجئے: ❁ معدے اور جگر کو قوت دیتی ہے ❁ کھانے کو ہضم کرتی ہے ❁ بدن کو موٹا کرتی ہے ❁ خون پیدا کرتی ہے۔[15] ❁ بلغم کو ختم کرتی ہے۔ ❁ امام ذَہبی رحمۃُ اللہِ علیہ فرماتے ہیں: حاملہ کو کھجوریں کھلانے سے اِنْ شَآءَ اللہ لڑکا پیدا ہو گا جو کہ خوبصورت، بُردبار اور نرم مِزاج ہو گا۔[16]

نوٹ: تمام غذائیں اور دوائیں اپنے طبیب (ڈاکٹر یا حکیم) کے مشورے سے ہی استعمال کیجئے۔

---

(1) خزائن الادویہ، 3/415 (2) خزائن الادویہ، 3/415 (3) پ3، البقرۃ: 266 (4) پ14، النحل، 11 (5) پ 16، مریم، 25 (6) صراط الجنان، 6/89 (7) مسلم، ص960، حدیث: 5932 (8) جامع صغیر، ص88، حدیث: 1432 (9) ابن ماجہ، 4/28، حدیث: 3303 (10) ابن ماجہ، 4/15، حدیث: 3274 (11) مسلم، ص871، حدیث: 5337 (12) بخاری، 3/538، حدیث: 5441 (13) ابوداؤد، 2/447، حدیث: 2356 (14) مراٰۃ المناجیح، 3/155 (15) خزائن الادویہ، 3/415 (16) مدنی پنج سورہ، ص356۔